



Omega-3 Vergelijking

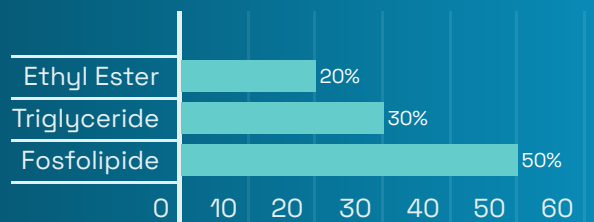
Welke Vorm Is Het Beste?



Ethyl Ester

Goedkoopste vorm, maar moeilijker opneembaar door het lichaam. Dit is de vorm Omega 3 van de meeste visolie capsules.

● Vergelijking opname-efficiëntie



Triglyceride

Zorgt voor goede opname, omdat het lichaam deze vorm herkent. Zo komt het voor in vis. De meeste Nederlanders eten echter niet vaak genoeg vis.

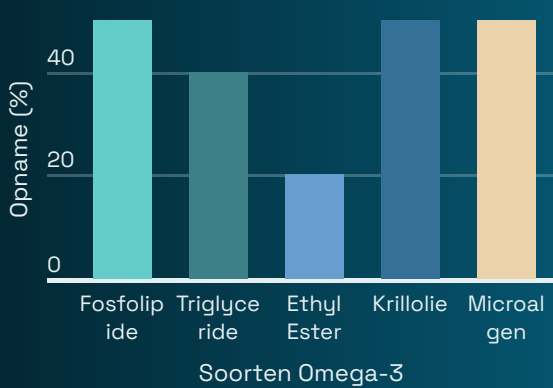


Fosfolipide

Fosfolipiden uit micro-algen en krill worden 30-50% beter opgenomen dan triglyceriden. Daarnaast zijn fosfolipiden wateroplosbaar en makkelijk verteerbaar.

Opname Vergelijking

Fosfolipide-gebonden omega-3 wordt 2,5 keer beter opgenomen dan ethylesters. Vier gram fytoplankton geeft je 240 mg optimaal opneembare omega-3 met maximale effectiviteit!



Bloed Plasma Levels

Bio beschikbaarheid gaat een stap verder dan opneembaarheid en verwijst naar hoeveel van de opgenomen stof daadwerkelijk in de juiste weefsels of cellen terechtkomt en actief wordt gebruikt.

Fytoplankton: De Slimste Bron van Omega-3



Fosfolipide-gebonden omega-3 wordt beter opgenomen in de hersenen en ondersteunt zo optimaal je cognitieve functie!



Fosfolipide-gebonden omega-3 heeft geen voedingsvet nodig voor opname, waardoor het makkelijk en praktisch in gebruik is.



Conclusie

Fosfolipide-gebonden omega-3 is onbetwist de beste keuze! Het heeft de beste opname en de beste effectiviteit. Wat kies jij?

Think Plankton!